



**LIX Congreso  
Internacional de la  
Sociedad de Nutrición y  
Endocrinología 2019**

Expo Guadalajara, Jalisco  
5 al 9 de Noviembre 2019

-Curso para pacientes con diabetes tipo 1-  
en el marco del LXI Congreso Internacional de la SMNE.

## **DT1: Aquí, ahora ... y lo que viene mañana**

Un espacio para :

- reflexionar tu situación actual y tus metas
- actualizarte en el panorama de opciones disponibles,
- optimizar tus habilidades en conteo de carbohidratos y
- elegir vivir mejor con diabetes tipo 1.

**Puedes asistir:**

- sólo el día jueves 7
- sólo el día viernes 8
- ambos días.

**Tu decides, por favor confirma tu asistencia según tu disponibilidad real.**

**\*\*\* CUPO LIMITADO \*\*\***

**Coordina:** Dra. Ma. Elena Sáinz de la Maza : 24 años de experiencia viviendo con DT1, mamá, bloguera, educadora en diabetes certificada. [www.educadies.com](http://www.educadies.com)

**Sede: HILTON GUADALAJARA**

**AVE. DE LA ROSAS 2933, GUADALAJARA, JALISCO, 44530, MÉXICO**



## **Jueves 7 de noviembre de 9:00 a 13:00hrs : DT1: Aquí, ahora**

**9:00 - 9:30- Bienvenida - encuadre**

**9:30 - 10:45- Aquí y ahora -**

Objetivos:

- Los participantes reflexionarán sobre el significado de "salud" ante sus circunstancias personales de vida.
- Identificarán sus emociones en relación con su salud y con la diabetes tipo 1 en particular.
- Identificarán sus retos personales y los recursos emocionales, personales y materiales de los que disponen para afrontarlos.

**Facilita: Instituto Seeds: servicios y especialidades en educación para la salud**

**10:45 - 11:00 - Receso.**

**11:00 - 13:00- Herramientas materialmente disponibles** *\*La temática central de trabajo se definirá según las necesidades de los participantes presentes: técnica de conteo de carbohidratos, medidores, dispositivos de aplicación de insulina, microinfusoras... y cómo usarlas: mi plan personal de acción.*

Objetivos:

- Los participantes reflexionarán sobre las metas y retos que supone mantenerse sano con diabetes tipo 1 .
- Identificarán las metas propuestas por las agrupaciones médicas y su origen.
- Distinguirán sus metas personales según las circunstancias individuales.
- Identificarán las áreas de trabajo para alcanzar y mantener estas metas: 8 competencias de la ADEA
- Visualizarán el panorama de opciones existentes y alcanzables que existen hoy para mantenerse sanos con diabetes tipo 1 en cada una de las 8 competencias presentadas.
- Propondrán un plan personal de acción para afrontar sus retos, alcanzar y mantener sus metas de salud con diabetes tipo 1.

**Facilita: Dra Ma. Elena Sáinz de la Maza. Clínica EnDi.**



**LIX Congreso  
Internacional de la  
Sociedad de Nutrición y  
Endocrinología 2019**

Expo Guadalajara, Jalisco  
5 al 9 de Noviembre 2019

**Viernes 8 de noviembre de 9:00 a 13:00hrs: DT1: ... y lo que viene mañana.**

**9:00- 9.30 - Bienvenida- encuadre**

**9:30- 10:45 - Tecnología comercial del futuro cercano y los "hágalo usted mismo"**

Objetivos:

- Identificar el panorama actual y del futuro cercano de herramientas comerciales para monitorear la glucosa y suministrar insulina.
- Identificar el panorama actual y del futuro cercano de las comunidades de pacientes que fabrican sus propios dispositivos y propuestas.

**Facilita: Dra Natalia de la Garza. CEMEDIN.**

**10:45- 11:00 - Receso.**

**11:00 - 13:00 - Optimizar lo que hago hoy - *\*La temática central de trabajo se definirá según las necesidades de los participantes presentes: Quiero estar mejor, qué puedo hacer por mí y cómo.***

- Visualizar el panorama disponible para optimizar cómo, cuánto y cuándo:
  - mido mi glucosa.
  - me aplico la insulina.
  - elijo qué comer y cuento los carbohidratos
  - evalúo mis metas.
  - me asesoro y actualizo.

**Facilita: Dra Ma. Elena Sáinz de la Maza. Clínica EnDi.**